

CAPITULO II

ORIGEN Y EVOLUCION DEL TEMA

2.1 Antecedentes del origen de estudio de la salud mental

La salud mental entre los siglos XV y XVI no era considerada como tal, como una “enfermedad”, que afectaba el desarrollo y vida del ser humano. Durante esta época, existieron variedad de barbaries que iban en contra de los derechos de aquellos que se veían afectados, fueron violentados “como una forma de castigo” que era para la sanación de aquella persona quien padecía alguna complicación que se viera afectada mentalmente.

A lo largo del tiempo, gracias a la evolución y a la introducción de la ciencia e investigación, el contexto histórico de aquellas culturas que solían ignorar que la salud mental debería ser atendida como parte del bienestar del sujeto y de la sociedad, fueron cambiando con el paso del tiempo y convertirse en una parte esencial del individuo.

Durante esta constante evolución, durante el siglo XX, surgió el Movimiento de Higiene Mental impulsado por Clifford Beers, como parte de la prevención de la enfermedad mental. El impulso de propuestas de Clifford por proponer herramientas, tratamientos y estrategias para individuos que necesitaban ser atendidos y rehabilitados, fue de mucha importancia que comenzó por moverse por distintos países europeos, con la finalidad de asistencia sanitaria y prevención de la enfermedad mental.

El movimiento de higiene mental fue muy significativo en la salud mental, así también con la aportación del psiquiatra Adolf Meyer, impulsor de la psiquiatría psicodinámica y social en Norteamérica; donde determinada que toda afección mental tiene un origen, un motivo por el cual el individuo desarrolla enfermedades mentales, comportamientos anormales y que los trastornos mentales se originan por experiencias traumáticas vividas en la infancia. También señalo que el entorno

familiar y social influyen en el desarrollo individual. (La enciclopedia biografica en linea, 2021)

Cabe mencionar, que, durante la primera mitad del siglo XX, al terminar la segunda guerra mundial, el interés y la importancia por ver como la sociedad había sido afectada mentalmente por los sucesos ocurridos, eran importante desarrollar modelos para atender a aquellas personas perturbadas que fueron evidentemente afectados. Los eventos traumáticos que surgieron durante la guerra, afectaron de diferente manera a la población, desde niños hasta adultos, sabiendo que en siglos pasados no veían como existían circunstancias que podrían afectar el estado mental del individuo. (HIRIART, 2018)

Sin embargo, la demanda de asistencia que se exigía, ya no solo se trataba de atender y esperar enseguida constantes mejorías, sino que ya no solo eran personas afectadas eventualmente, sino también existían secuelas de deficiencias mentales o enfermedades más severas, a corto y largo plazo.

Históricamente, la evolución de enfoques de la salud del individuo, como es el estado psicológico, tienen un propósito por seguir creando y adaptando perspectivas en que los procesos de investigación sean en un plano biomédico, comportamental y también socioeconómico. (Humanidades Médicas 2018;18(2):215-232342Centro de Desarrollo de las Ciencias Sociales y Humanísticas en Salud, 2018)

No hay una definición de estudio absoluto de la salud mental, esta por ser ampliamente un objeto de estudio desde diferentes perspectivas y porque abarca distintas disciplinas de las problemáticas psicológicas y psiquiátricas. En 1950, la OMS presenta una primera definición de salud mental, por la psiquiatría dinámica. Los tres criterios que se propuso para definir a una persona mentalmente sana son: 1. alcanzar una síntesis satisfactoria de los propios instintos, potencialmente conflictivos, 2. establecer y mantener relaciones armónicas con los demás y 3. La posibilidad de modificar el ambiente físico y social.

La salud mental pasó a ser un objetivo primordial, a base de estudios y prácticas que abordaron diversos enfoques profesionales, desde la neurosis, áreas de la psiquiatría en niños, adolescentes, geriátrica y de las adicciones. En el año 1953 La Asamblea de la Organización Mundial de la Salud, introdujo la salud mental como una necesidad de atender los trastornos y afecciones del estado mental, para ser integrado con un plan de estudio y servicios que abarcaron desde la política, leyes, planes, estrategias y programas.

Desde un enfoque integral y multisectorial, con coordinación de los servicios de los sectores sanitario y social, promueve la prevención, tratamiento, rehabilitación, atención y recuperación. “En el núcleo del plan de acción se encuentra el principio mundialmente aceptado de que *no hay salud sin salud mental*”. (OMS, 2013)

En 1961, La Salud Mental se incorpora como área de experiencia técnica a la estructura de la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS); Designado por un especialista mexicano, el Dr. Jorge Velasco Alzaga, quien realizó diversos diagnósticos enfocados en la salud mental, para determinar las situaciones que deterioraban a la población, al mismo tiempo que afectaba físicamente.

Durante ese período la Organización Panamericana de la Salud estableció relaciones formales con la Federación Mundial para la Salud Mental, con la Asociación Psiquiátrica de América Latina, con la Asociación Psiquiátrica de Estados Unidos y con el Instituto Nacional de Salud Mental de los Estados Unidos de América. (OPS, s.f.).

2.1.1 Importancia de la salud mental

La salud mental cubre la mayor parte de las necesidades del ser humano para su desarrollo integral, porque “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS). Las emociones, pensamientos, el estado anímico, la productividad, incluso la salud física y orgánica depende de la estabilidad del sujeto; no determina edad, sexo ni clases sociales.

Se considera una parte esencial porque incide desde múltiples factores psicológicos y biológicos que afectan la salud mental de las personas. Existen causas positivas y negativas que determinan el comportamiento desde una edad temprana, que con constantes eventos la persona se ve impactada para un futuro propio, incluso los factores pueden contribuir a posibles causas de trastornos, como la depresión, la ansiedad, estrés postraumático, incluso de trastornos mentales y neurológicos.

Las circunstancias que se vive durante el desarrollo humano, define el bienestar y la calidad de vida de una persona; entre otros factores que determinan que la salud mental se vea afectada es por antecedentes familiares, traumas, abusos o el consumo de sustancias estupefacientes.

La salud mental es igual de importante que la salud física, por eso es esencial cuidar de ella; en casos de dificultad incluso la necesidad de no atender la salud mental conduce a una conducta suicida, de una problemática psicosocial de la niñez y adolescencia, aumento creciente de violencia y del consumo del alcohol y abuso de sustancias. (OPS, s.f.)

Mantener el cerebro y el cuerpo saludable, previene enfermedades, de ser conscientes de nuestras emociones, tener un equilibrio funcional, encontrar soluciones para los problemas y alternativas que aportan un desarrollo óptimo, cabe recalcar que el desarrollo humano no será perfecto, sin embargo, ayudará a sobrellevar situaciones de estrés y entre otros aspectos importantes de la vida.

Es importante recordar que existen especialistas en este tema, como los psiquiatras, psicólogos, orientadores y entre otros expertos en la salud mental, quienes atienden las diferentes necesidades que presenta cada persona; en México se cree la errónea idea de que el mexicano no asiste al psicólogo “porque no está loco” o porque no necesita de uno, no hay que estar loco para asistir a terapia, sino que es una herramienta en la vida diaria para atender las necesidades que influyen de manera negativa día a día, en donde se puede generar estrategias propias, para atender y entender las emociones, los problemas y del cuidado de uno mismo.

De acuerdo con Martínez León, hay un psicólogo por cada 300 mil habitantes. Existe una alta tasa de porcentaje que, en México, no asisten a terapia, porque no creen que no es una necesidad atender las dificultades psíquicas.

NUMERALIA

- 20% de los niños y adolescentes del mundo tienen trastornos o problemas mentales, cerca de la mitad de estos se manifiestan antes de los 14 años. Los neuropsiquiátricos figuran entre las principales causas de discapacidad entre los jóvenes.
- Las regiones del mundo con los porcentajes más altos de población menor de 19 años son las que disponen de menos recursos de salud mental. La mayoría de los países de ingresos bajos y medios cuenta con un solo psiquiatra infantil por cada millón a cuatro millones de personas.
- La OMS calcula que más del 75% de las personas con trastornos mentales, neurológicos y por abuso de sustancias (entre ellos cerca de 95 millones de pacientes con depresión y más de 25 millones con epilepsia) que viven en países en desarrollo no reciben ningún tipo de tratamiento o atención.
- Cada año se suicidan más de 800 mil personas en todo el mundo. El suicidio es la segunda causa de muerte en personas de 15 a 29 años de edad en todo el mundo.
- Según la OMS, en el mundo hay 50 millones de personas que padecen demencia, y cada año se registran cerca de 10 millones de nuevos casos. El Alzheimer, que es la forma más común de demencia, acapara entre un 60% y un 70% de los casos.
- El desarrollo de un nuevo tratamiento que retrasa la aparición de la enfermedad de Alzheimer podría reducir los gastos médicos en Estados Unidos en pacientes hasta por 218 mil millones de dólares al año para 2050.
- Un análisis de PhRMA encontró que entre 1998 y 2017, hubo 146 intentos fallidos de desarrollar medicamentos para tratar y prevenir potencialmente el Alzheimer; solo cuatro medicamentos nuevos fueron aprobados por la FDA para tratar los síntomas de la enfermedad. (AMIF.ORG, 2019)

2.1.2. La salud mental infantil.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) nos dice que «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» en este sentido la salud mental es un aspecto fundamental de la salud física, considerando que la salud mental no solo implica la ausencia de algún trastorno mental, si no que va más allá de eso. La salud mental permite al ser humano desarrollar sus habilidades y capacidades en total plenitud para desenvolverse de manera adecuada dentro de su medio ambiente (en el área laboral, académico, familiar, social, etc.) lo que a su vez le genere un bienestar a nivel individual.

Por su parte la palabra “infancia” es un término bastante amplio, por lo que varios autores o instituciones lo defienden de diferente manera, la mayoría coinciden con que se refiere al periodo de la vida del ser humano que va desde el nacimiento hasta la pubertad. De acuerdo a la Convención de los Derechos del Niño (aprobado por la ONU) un infante es todo individuo menor de 18 años de edad.

Entonces podemos concluir con que la salud mental infantil se refiere al estado de completo bienestar físico, mental y social...durante la infancia, etapa donde los primeros años de vida serán cruciales para el desarrollo físico y mental del niño que después repercutirá en su futuro, puesto que un niño que goza de alimentación sana, educación, protección, estímulos positivos, un ambiente familiar en armonía, entre otros aspectos, por lógica se espera que ese niño tenga una salud mental estable y por el contrario un niño que desde los primeros años se enfrenta a una vida llena de carencias, no solo su salud física se verá afectada sino que también su salud mental.

Es importante tomar en cuenta que la salud mental se encuentra determinada por diversos factores que tienen gran influencia en su estabilidad, entre esos factores se encuentran la parte biológica, social y psicológica. A nivel social la población infantil se enfrenta a diferentes cambios como el estilo de vida poco saludable, situaciones de estrés o ansiedad, conflictos sociales como en los colegios, las demandas socioeconómicas que experimentan sus padres para la manutención y educación sus hijos, debido a que los niños dependen de sus tutores legales o padres, se encuentran a expensas de lo que ellos puedan brindarles, claro ejemplo de esta situación es la población que se encuentra en pobreza o en zonas marginadas.

Dentro del factor psicológico y biológico, se pueden mencionar aquellas enfermedades o alteraciones biológicas que hacen a la población infantil más vulnerables y propensos a desarrollar algún trastorno mental o bien ciertas alteraciones de su personalidad. Cabe mencionar que durante la infancia los trastornos mentales en un principio no son identificados como tal, debido a que son niños se considera que es algo normal o común en su comportamiento, por ejemplo, los niños que son muy hiperactivos o aquellos que tienen dificultades para relacionar con otros niños de su edad, esto en parte se debe a la falta de educación respecto a la salud mental infantil, en los padres.

Por ello es necesario concientizar sobre este tema a través de la psicología de los padres, quienes a menudo no cuentan con información necesaria para identificar las señales de una alteración psicológica que posteriormente puede brindar las pautas para el desarrollo de un trastorno mental. En primera instancia es necesario definir este término, un trastorno mental, se refiere a una amplia gama de afecciones/alteraciones mentales que se caracterizan por "por una combinación de alteraciones del pensamiento, la percepción, las emociones, la conducta y las

relaciones con los demás.” (según la OMS). Esto a menudo se ve reflejado en el comportamiento, el estado de ánimo y el pensamiento de los niños como por ejemplo un comportamiento inusual, aislamiento, berrinches, cambios de humor, ideas fantasiosas, aunque sean común a cierta edad, entre la amplia variedad de trastornos mentales existentes podemos mencionar la ansiedad, la depresión, los trastornos obsesivos compulsivos, trastornos de la conducta, etc.

Durante la infancia es esencial prestar atención a la salud mental de los niños, para poder prevenir el desarrollo de posibles trastornos ya que, de no brindar una atención oportuna, este trastorno se volverá un hábito de su día a día y será más difícil revertir esta situación Y he ahí la importancia de la aprender a identificar las manifestaciones sintomáticas que dan el foco rojo a los padres, entre los síntomas que se producen a raíz de estas enfermedades figuran los siguientes síntomas:

- síntomas físicos (dolores, trastornos del sueño, hacerse pipi en la cama)
- síntomas afectivos (tristeza, miedo, ansiedad, fobias, cambios de humor repentinos)
- síntomas cognitivos (dificultad para pensar con claridad, creencias anormales, alteraciones de la memoria)
- síntomas del comportamiento (conducta agresiva, incapacidad para realizar las tareas corrientes de la vida diaria, abuso de sustancias)
- Alteraciones perceptivas (percepción visual o auditiva de cosas que otras personas no ven u oyen)

2.2. Las pandemias a lo largo de la historia.

La OMS define el término “pandemia” como “la propagación mundial de una nueva enfermedad” ante la cual la humanidad no se encuentra preparada por lo que se encuentra en riesgo la vida de las personas. Desde que el ser humano comenzó a desarrollarse se ha enfrentado a diversos cambios durante su evolución, al comenzar a formar grupos sociales y al extenderse la vida humano en todos los continentes, la propagación de enfermedades afectaba a una mayor cantidad de la población mundial dando inicio a epidemias, que han repercutido fuertemente en la vida del ser humano. A lo largo de la historia se han suscitado varias epidemias y pandemias, estas últimas por su gran magnitud han dejado tasas de mortalidad bastante elevadas (destacan 5 pandemias).

Peste de Justiniano.

Se cree que es una de las primeras pandemias que afecto al mundo entero, aunque antes de esta surgieron otras, no tuvieron de tal magnitud. Durante el año 541-542 el imperio bizantino se vi azotado por esta peste que provocó la muerte de casi el 40% de su población e incluso se sabe que el mismo emperador Justiniano fue víctima de esta peste, sin embargo, el logro recuperarse, pero los resultados de este evento dejaron a su imperio con pocos habitantes y debilitado. Ya que algunos datos indican que cobro la vida de aproximadamente 35-40 millones de personas.

Peste negra.

También llamada peste bubónica, surgió a mediados del siglo XIV entre los años 1347-1351 en Europa y ante el desconocimiento total de este virus, se comenzó a esparcir por todos los continentes, después de 5 siglos se descubrió su origen en las ratas que posteriormente se transmitía a humanos a través de pulgas infectadas, dejando un saldo de 200 millones de pérdidas humanas.

Viruela.

A finales del siglo XVII e inicios del siglo XIX se expendía masivamente este virus en Europa matando alrededor de 60 millones de personas en determinado continente y cuando los conquistadores cruzaron el océano se comenzó a propagar en México y otros países matando al 90% de los nativos americanos, por lo que se cree que dejo una tasa de mortalidad de 300 millones de habitantes en todo el mundo. Tras esta epidemia se desarrolló la primera vacuna para erradicarla.

Gripa Española.

En 1918, en el mes de marzo, tras la primera guerra mundial surge el primer caso de gripe española, en estados unidos (se cree que su origen fue en china) se le dio ese nombre ante la neutralidad de España durante la guerra, según diversas fuentes informativas y diversos estudios se dice que termino con la vida de 40-50 millones de personas, otros se aventuran a dar cifras más elevadas.

Virus de la Inmunodeficiencia Adquirida VIH/SIDA.

En 1981 se comenzaron a registrar los primeros contagios de esta enfermedad, a ciencia cierta se desconoce su origen pero se presume que se allá dado en África a través de los chimpancés que estaban en contacto con las personas, esta pandemia es la más reciente y actualmente aún se encuentra activa debido a que pese a todos los esfuerzos que se han realizado por erradicar esta enfermedad no se logrado con éxito, por lo que se han desarrollado tratamientos que ayudan a sobrellevar la enfermedad para que las personas puedan continuar con su vida, sin embargo, este virus se caracteriza por debilitar el sistema inmunológico, lo que hace a la persona propensa a padecer otras enfermedades que acabara con su vida, a corto o largo plazo, es decir, el SIDA no mata a la persona, lo que lo hace es su vulnerabilidad inmunológica ante otros virus. Hasta la fecha se estima que han muerto alrededor de 25-35 millones de personas a causa del VIH/SIDA.

Covid-19.

Esta es la pandemia más actual y aun que encuentra en pleno apogeo en cada rincón del mundo, apareció a afinales del año 2019 y se propago alrededor del mundo con una increíble rapidez. Se estima que se desarrolló en el mercado de

Wuhan, china, lugar en donde se comercia con animales salvajes como los murciélagos, de donde se presume que fue transmitido a los humanos (aunque no se sabe con certeza si es cierto o provino de otro lugar) proveniente de una cepa de la familia de coronavirus y totalmente desconocido para los científicos por lo que ha tomado por sorpresa a la población y ante la escasa información existente de su verdadero origen y tratamiento continua con arrasadoras cifras de mortalidad, actualmente la población infectada se estima que son más de 3.352.8307 millones de personas, mientras que la tasa de mortalidad oscila entre los 3.352.830 (hasta el 15 de mayo del 2021).

Y estas cifras continúan incrementando ya que aún no se ha logrado encontrar la cura a esta enfermedad respiratoria. Las cifras de estas pandemias mencionadas anteriormente son un aproximado, no son cifras exactas, ya que varían la precisión de los diferentes estudios que se han realizados para obtener los datos, así mismo cabe señalar que todas estas pandemias en compañía de otros eventos han repercutido fuertemente en la vida de la humanidad y estas son solo algunas de las pandemias a las que se ha enfrentado la población a nivel mundial, ya que también se encuentran en la literatura otras epidemias de menor magnitud.

2.2.1 Secuelas de las pandemias en la salud mental infantil.

La pandemia de gripe española y la primera guerra mundial: Con respecto a la salud mental que se vivió en aquella época nos hace referencia en las afecciones que estas provocaron en la capacidad del mejoramiento o recuperación emocional de las personas que no se encontraban en estado crítico ni en peligro, conforme a esto hubo muchas pérdidas repentinas y en gran número lo cual hizo que muchas de las personas entraran en un estado crónico de impotencia, ansiedad y depresión, gran parte de las personas se vieron fuerte mente afectadas tras la pérdida de su familia, amigos, conocidos, padres que perdían a sus hijos a una corta edad y de igual manera afectaciones en los niños de corta edad por la repentina perdida de sus padres y de pasar de tener a una familia a estar huérfanos, todo lo dicho antes

contribuyo a diferentes experiencias como el repentino sentimiento de ira, culpa, confusión y abandono entre los sobrevivientes que perdieron algún familiar o que están viendo el descenso de las personas de diferentes edades, de acuerdo a investigaciones también se sabe que ni los profesionales de la salud pudieron contenerse de dichos sentimientos.

En cada una de las pandemias que se han vivido a lo largo de la historia se extiende cada vez mayor de casos confirmados y muertes en el mundo, las emociones y los pensamientos negativos se extienden amenazando la salud mental de la población en general desde los más pequeños hasta los más grandes sin distinguir la edad. Según la experiencia de epidemias y pandemias pasadas, se conoce que los pacientes y el personal de salud pueden padecer situaciones de miedo a la muerte y presentar sentimientos de soledad, tristeza e irritabilidad.

El brote de Ebola: comienza en Guinea en Marzo de 2014 fue participe de la pérdida de miles de muertes en África occidental, en donde dejo también a muchos sobrevivientes afectados, otros huérfanos, y personas que necesitaban atención en cuanto a su salud mental ya que al vivir las pérdidas desarrollaron diferentes malestares dentro de ellos en donde no saben cómo sobre llevar la situación que se está viviendo, Entre las muchas experiencias discutidas sobre las intervenciones psicosociales en el caso de brotes de Ebola en África se señalan:

- La necesidad de involucrar a comunidades antes, durante y después de la epidemia.
- Invertir en la formación y supervisión de trabajadores para el apoyo psicosocial y de salud mental.
- Mejorar la atención a los huérfanos y otros niños afectados.
- Integrar las intervenciones psicosociales y de salud mental en el marco de referencia de salud pública.

Dentro de las pandemias se ven reflejadas manifestaciones emocionales en las personas tales como la negación de la posible pandemia se pueden observar

ansiedad, tensión, inseguridades, miedos, sentimientos de abandono y vulnerabilidad, necesidad de supervivencia, pérdida de iniciativa, y la vigilancia constante de los posibles síntomas de la pandemia o epidemia, conductas agresivas, actos de rebeldía.

Desde la perspectiva dentro de la salud mental una epidemia de gran magnitud implica una perturbación emocional que excede de la capacidad del manejo en la persona, en la mayoría de la población sufre diferentes tensiones y angustias, entre una tercera parte de la población la mitad de la población se ve expuesta en sufrir alguna manifestación psicológica emocional.

2.2.2 Teorías del origen del covid-19

El 19 de diciembre del 2019 una extraña enfermedad aparece en la ciudad China de Wuhan con una población de 11 millones es la ciudad más grande de la provincia de Hubei, en donde los primeros casos que se suponían eran de acuerdo a lo conocido como neumonía, con crisis severas respiratorias, donde algunos habían muerto, los médicos empiezan a sospechar de que algo no está bien ya que poco a poco los pacientes con problemas respiratorios y con neumonía cada vez aumentaban cada vez más, cada vez esta enfermedad se extiende a lo largo del mundo, debido a que las fechas los pobladores viajaban a distintas partes del mundo y con ello se convertirían en portadores del nuevo virus, esto se debió a que las autoridades chinas no habían encontrado las medidas de cuidado para contener el brote.

Covid 19 la enfermedad que llegó a paralizar de miedo a principios de 2020, aproximadamente en los días 11 y 12 de enero se recibió información por parte de la OMS sobre dicho brote, el cual ha causado la desinformación y/o la mala información alrededor del virus es abundante y dinámica. se han creado diferentes teorías acerca de lo que realmente pasó una de ellas es la llamada "teoría del

complot", en donde se pone al ser humano como el causante del virus con objetivos macabros es decir con fines de dañar a las personas, gracias al avance de la química y la ciencia entre otras más se ha logrado saber el origen de dicho virus.

El virus Covid 19, fue reportado por primera vez el 7 enero del 2009 sin embargo fue el 31 de diciembre que la comisión de la salud municipal de la ciudad de Wuhan da conocer 27 notificaciones de casos. Dentro de unos meses el número de infectados aumentaban dentro y fuera de los alrededores de Wuhan. En investigaciones que se han hecho y de acuerdo con la OMS y china concluyen que el origen de este mismo es de origen animal en Wuhan, de igual manera desde dicha ciudad que fue considerada el epicentro de la pandemia, al visitar los principales lugares como el mercado en donde se supone se produjeron las primeras infecciones.

Aunque aún no se determina cómo se introdujo el virus, se sabe que la mayoría de los casos estaban dentro de las personas que laboraban en el mercado de Wuhan, las autoridades correspondientes al virus, tomaron la decisión de cerrar las instalaciones al público para poder evitar contagios en un futuro. El jefe de esta investigación y especialista en Seguridad Alimentaria y Enfermedades Animales de la OMS, Peter Ben Embarek, aseguró que el virus procede de los murciélagos. Según Embarek así se produjo la aparición de los primeros casos de covid-19 en las personas, hasta que poco a poco la enfermedad empieza a extenderse, este experto señala que las primeras personas tuvieron síntomas en las primeras dos semanas del contagio.

El coronavirus o SARS-CoV-2, es una enfermedad viral respiratoria perteneciente a la misma familia genética de los virus SARS-CoV y MERS-CoV, surgidos en China y Arabia Saudí en los años 2002 y 2012 respectivamente. El primero tiene su origen en los murciélagos, mientras que el MERS-CoV provino de los camellos o dromedarios. El SARS-CoV, se manifestó en los años 2002 y 2003 infectando a

8096 personas y ocasionando 774 muertes, con un índice de fatalidad del 10%. En cuanto al virus MERS-CoV, apareció por primera vez en 2012 en Arabia Saudí y desde entonces se han reportado casos en toda la Península Arábiga.

En Wuhan desde el brote de la pandemia se han desarrollado medidas extremas del cuidado, así como también medidas que en cierta parte han afectado a pobladores ya que se tuvo que extremar los cuidados y con ello dejar de hacer actividades que los mantengan expuestos ante este virus. Muchas partes más del mundo a lo largo de los días han sido también víctimas de esta pandemia que ha dejado millones de personas sin vida.

2.3. La nueva normalidad ante el virus COVID-19 en México.

Educación

Al comienzo de la pandemia covid-19, los centros educativos fueron cerrados, esto para evitar seguir propagando el virus en la población y evitar contagios entre los estudiantes, profesores y demás directivos del plantel educativo. Las nuevas estrategias de aprendizaje-enseñanza fueron modificadas, de acuerdo a las necesidades a las que se vieron por adaptarse.

Desde noviembre del año 2019, comenzó la nueva normalidad para estudiantes, la cual consiste en tomar clases en línea que son impartidas por el profesor, debido a la modificación del plan de estudio, las tareas han sido excesivas, limitando poco tiempo libre para los estudiantes. Pasar horas frente a una pantalla, ingeniárselas para estudiar porque la enseñanza no ha sido eficaz y eficiente en algunos casos, ha generado un cuadro de estrés y ansiedad en los alumnos, incluso en los mismos profesores.

Los niños quienes son los que se han visto más afectados, experimentan confusión, enojo, tristeza, cansancio, desesperación y entre otras emociones que afectan su estado anímico. Al igual que se han generado otros trastornos mentales, que han

deteriorado el rendimiento escolar, físico y mental, al mismo tiempo que se genera un comportamiento disruptivo.

Ahora, con el regreso a clase, existe posibilidades de que repercutan los mismos o nuevos factores para adaptarse, las reglas sanitarias, la responsabilidad por cuidarse y asistir a la escuela, serán un nuevo cambio que influirá en la vida de los estudiantes, sintiéndose aún más responsables debido a la limpieza y mantenimiento de aulas escolares y demás plantel educativo, que se necesita mantener.

El estrés académico ha aumentado, ha disminuido la motivación para realizar demás actividades del día al día, al mismo tiempo que el aislamiento y la depresión se manifiestan, es importante reinventar la educación desde un enfoque innovador, humanista e integrador.

Familia

La pandemia ha sido un reto para todas las familias, donde las oportunidades y esfuerzos han disminuido; la familia en algunos casos se ha visto desintegrada, llena de crisis económicas, desacuerdos y un sin fin de obstáculos que impiden la armonía entre los integrantes. Al experimentar diversos acontecimientos que afectan en todos los aspectos sociales, físicos y psicológicos, no pasan desapercibido en el círculo familiar.

Se ha generado contagios por el virus, incluso por la carga emocional y mental se ven afectados por una enfermedad degenerativa, crónicas, endocrinas y sobre todo trastornos mentales, del comportamiento y del desarrollo que, sobre todo, en este caso afecta en su totalidad a niños y niñas. Encuestas enseñan que los hogares con niñas, niños y adolescentes sufren mayores presiones por la pandemia: menor acceso a alimentos saludables, más estrés y mayor impacto a su economía.

La dinámica y actividades del hogar, incluso han cambiado de papeles, por ejemplo; los padres no pueden estar presentes durante todo el día para apoyar a los niños con la educación, la comunicación ha disminuido y la atención no ha contribuido de buena manera para un desarrollo óptimo de la familia. Debido a las circunstancias,

se podría visualizar desde lo positivo en la que se podría aprovechar a una mejor integración familiar y mejores respuestas y herramientas que aporten beneficios para todos.

Economía

Uno de los sectores que se ha visto más afectado durante la pandemia COVID-19 sin duda ha sido la economía mexicana que ha decaído drásticamente, de acuerdo a los datos preliminares presentados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) la economía cayó el 8.5% en el año 2020 con respecto a las cifras del año anterior, sin duda alguna este virus no solo ocasiono una crisis sanitaria, sino también una crisis económica que ha afectado a toda la población mexicana, que al parecer esta es la mayor crisis presente desde el año 1932, cuando los números rojos se apoderaron de la economía y esta decayó hasta un 14,9 %.

Esta crisis economía era de esperarse puesto que desde el primer mes en el que se comenzó a esparcir el virus del SARS-CoV-2, en diciembre del 2019 ya se reflejaban ciertas afectaciones, año que se cerró con un PIB caído del 0,1% y de ahí en adelante la economía comenzó a retroceder. Debido a que muchas familias perdieron sus fuentes de ingresos, varias empresas cerraron a excepción de algunas que eran indispensables. Por lo que para los primeros meses del año 2020 dada a la situación sanitaria se tomaron ciertas medidas para la prevención de los contagios, aislando así a la sociedad entera, muchos hogares mexicanos se han visto en la necesidad de exponer sus vidas para poder llevar un sustento a casa y no exponer a los más vulnerables.

El turismo y las zonas hoteleras que son una principal fuente de ingresos en la zona sureste del país también se vio afectado por lo que muchos de estos lugares tuvieron que hacer un recorte de personal ya que la economía no permitía seguir con

el mismo número de empleados, así que con esto la tasa de desempleados se incrementó aún más.

El decaimiento de la economía trae consigo situaciones precarias de pobreza, aun mayor de las que ya se experimentaban en la población vulnerable de clase baja o media, lo que se asocia a consecuencias perjudiciales en la salud mental de la población infantil y adulta ya que al no tener una economía estable los hogares se ven inmersos en una incertidumbre llena de carencias que se ven reflejados a simple vista en la salud física y por ende en la mental, manifestándose así problemas emocionales y conductuales en los niños. Aun que pudiese parecer que esta crisis económica no afecta a los niños, la realidad es que si lo hace y basta con echarle una pequeña revisada a la situación en la que nos encontramos.

Los adultos y por ende los niños se ven limitados a acceder a ciertas necesidades básicas como la alimentación, educación y servicios de salud, debido a que no cuentan con los recursos necesarios. Lo que a su vez contribuye a ser más vulnerables al contagio de este virus.

Medidas sanitarias.

Con la llegada del COVID-19 y su rápida propagación la Organización Mundial de la Salud se vio forzada a implementar diversas medidas sanitarias para la prevención de esta misma, por lo que la vida cotidiana de toda la población cambio drásticamente. Entre las medidas sanitarias propuestas por la OMS encontramos:

- Guardar la sana distancia, con un mínimo de 1 metro entre personas.
- El uso obligatorio de mascarillas.
- Lavarse periódicamente las manos con jabón y agua o utilice gel antibacterial.
- Evitar tocarse nariz, ojos y boca.
- No asista a lugares concurridos o abarrotados. (reuniones al aire libre con sana distancia y mascarilla).
- Limpie y desinfecte frecuentemente las superficies de su hogar.

- Al toser o estornudar cubra nariz y boca con el codo flexionado o un pañuelo.
- Ventile sus habitaciones de su casa, abriendo las ventanas con frecuencia.

La "cuarentena" o "contingencia" a la que se ha sometido a toda la población actualmente está repercutiendo en la salud mental de las personas debido a que con el aislamiento forzado las personas tienen poca interacción con el medio exterior, afectando tanto a adultos como los niños, ya que se encuentran aburridos, aislados, sin convivencia, incluso presentan sentimientos de soledad, tristeza, ansiedad o depresión. También incrementan los hábitos de ocio y mala alimentación que claramente afectara a corto plazo la salud física.

Abuso de la tecnología:

Debido a la crisis de salud pública como la actual pandemia covid-19 que hoy en día estamos viviendo, nos hemos vistos forzados a involucrarnos más dentro de la tecnología, a consecuencia de la cuarentena las personas han tenido que dejar de ir al trabajo, la escuela, se han alejado de la familia entre muchas cosas más, es por ello que nos vemos forzados al uso constante de aparatos electrónicos, el riesgo del uso abusivo o adictivo, crece entre personas de todas las edades Utilizamos mucho la tecnología, cada vez más, para estudiar, consultar, leer, ver películas, redes sociales y en este momento, también para ponernos en contacto con otros.

En la situación en la que nos ha tocado estar como lo es la pandemia las personas han tenido que aprender a vivir con la tecnología ya sea por trabajo, por la escuela, por ver a nuestros seres queridos, los medios de comunicación tienen una función pedagógica durante el confinamiento y si después de aconsejarnos contra el Covid 19 no dicen lo fácil que es ganar dinero con el juego, los jóvenes y adolescentes no distinguen, y confían en lo que les están diciendo, y no ven más allá de lo que quieren hacer, no piensan en las consecuencias del abuso de la tecnología.

Durante el confinamiento se han visto obligados a usar distintas herramientas de trabajo tanto para la escuela como para el trabajo entre otras muchas actividades

de la vida cotidiana un ejemplo de están son: web chat, mensajes de texto, video llamadas. La adicción o el uso excesivo de celulares, Tablet, computadoras pueden ser un factor de riesgo, tanto para los niños, adolescentes, y adultos por estar detrás de una pantalla ocasiona que se alejen de la familia si no que puede ocasionar problemas visuales, emocionales entre otros.

El SARS-CoV-2 ha cambiado por completo nuestros hábitos. Las relaciones sociales se han visto alteradas notablemente y los meses de confinamiento han disparado el uso de internet y las nuevas tecnologías no solo desde el punto de vista del entretenimiento y el ocio, sino también en el ámbito informativo, educativo y laboral.

Vivencia de duelos

Dentro de la pandemia que se vive nos ha tocado vivir cosas nuevas y otras dolorosas, muchas personas han perdido a familiares, amigos, compañeros de trabajo etc., lo cual genera un gran impacto emocional para nosotros, coronavirus 2019 (COVID-19) cambió la vida de las personas de diversas maneras. Además del duelo por las vidas perdidas a causa de la COVID-19, es posible que también sufra por la pérdida de su rutina habitual.

Las restricciones que obligan a las personas a quedarse en casa, impuestas para prevenir el contagio de la COVID-19, cambiaron la vida laboral, la forma en que los niños juegan y asisten a la escuela y la posibilidad de reunirse en persona con familia y con amigos. Debido a estas medidas, también cambió la manera de comprar, practicar la religión, hacer ejercicio, comer y entretenerse. La pandemia tuvo como resultado una importante repercusión psicológica en las personas que, a causa de ella, perdieron la sensación de seguridad, previsibilidad, control, libertad y protección.

El duelo puede hacerle sentir paralizado, vacío, enojado o incapaz de sentir alegría o tristeza. También puede presentar síntomas físicos, como problemas para dormir o comer, cansancio excesivo, debilidad muscular o temblores. Es posible que tenga pesadillas o se aísle socialmente.

No obstante, recuerde que el duelo también puede tener efectos positivos. Por ejemplo, puede estar agradecido por la valentía y la solidaridad de las personas de su comunidad. Tal vez aprecie más las relaciones interpersonales y desee ayudar a otros que atraviesen una pérdida similar.