



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Lesly Vázquez Mazariegos

Nombre del tema: Intervenciones psicológicas en COVID-19: un modelo actual

Parcial: 3er Parcial

Nombre de la Materia: Psicología en salud

Nombre del profesora: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería

Cuatrimestre: 1er Cuatrimestre

Cuando tocamos el tema del COVID-19 recordamos todas aquellas muertes y aquellas tasas de incremento en pacientes con patologías o trastornos mentales, que afectaron todo aquello como la depresión y la ansiedad , la sociedad estuvo al borde de todo esto y hablamos a nivel mundial, que existía también una desigualdad entre las personas, pero en este tiempo no se escogía por clases sociales, todos se vieron totalmente afectados, tanto niños como jóvenes y adultos, porque la clase adulta fue la que tuvo más pérdida de población, como también aquellos que padecían algún tipo de enfermedad que influyera en que el sistema inmunológico estuviera debilitado o deteriorado, como lo son aquellos diabéticos e hipertensos, entre los síntomas se retomaba un factor más grave o severo que fue el tener alucinaciones durante el proceso de la enfermedad.

En el ámbito de la medicina y la psicología relacionandola entre estos factores, se vio muy afectado el personal ya que este es el que tenía el primer contacto con pacientes contagiados y era también de mantenerse aislados de su familia y sus seres queridos más cercanos, el no poder verlos o tocarlos por un largo período al miedo de contagiarlos y también porque el centro de COVID no lo permitía, esto ocasionó que el personal de salud sufriera algún tipo de depresión y básicamente por lo encerrados que se mantenían como también toda aquella protección que tenían que cargar para protegerse que no era del todo protección por eso fue hubo pérdida de muchos buenos doctores y enfermeros, en este punto el personal de psicología si intervino y actualmente es la rama de salud que también es demasiada priorizada por toda la sociedad.

Durante esta pandemia utilizamos muchas medidas de prevención para no contraer la enfermedad como lo fue el uso de cubre bocas que este causo mucho escaseo de ello como también lo fue el si había que usarlo de manera definitiva o hasta cuando era el fin de tener que usarlo de igual manera lo fue el uso de caretas.

Hubo demasiada polémica en el aspecto de que hasta por un mosquito podía ser transmitida la enfermedad, de que de persona en persona puede ser transmitida, entonces hubo mucha protección de ello, de igual manera salió lo que fue el COVID-19 en animales, que resultaron como lo son perros contagiados y que estos podían propagar la enfermedad hacia las personas, por lo que originó el miedo hasta de tener mascotas, se hizo un área de campañas por salud del COVID-19 como también lo que fue los centros de salud o rehabilitación de COVID-19 consiguieron otras alternativas en la prevención de más casos que hasta la fecha la tasa tubo su disminución pero hasta a finales de los días aún esa tasa sigue con casos de fallecimiento diarios, indispensablemente la salud mental es prioridad en todos los seres humanos, de la manera en como va a influir en nuestras vidas, el como podemos ayudar a mejorarla o como llevar una vida sana sin prejuicios ni limitaciones de la sociedad hablando de lo laboral que conlleva a la medicina humana.

Intervenciones psicológicas en COVID-19 un modelo actual

Actualmente a nivel mundial se esta aún recuperando de esa crisis o pandemia que inicio en el año 2019, "Va a desaparecer. Un día, como un milagro, desaparecerá" Donal Trump, presidente de Estados Unidos.

A toda la población afectó a tal manera de casi volverse locos y es aquí donde entra nuestro tema principal que es la psicología, muchas personas que tenían una obsesión con la limpieza o la higiene son las que pasaron a ser más afectadas por la tremenda crisis que les fue originando, por la manera en que debían combatir esta enfermedad, era un pánico tan grande el tener que buscar la manera para protegerse, con cubre bocas que si nos adentramos más hasta en ello se debían utilizar los que menos pudieran tener acceso a los contaminantes que podían estar en el aire, las caretas que aún teniendo cubrebocas tenían que ser utilizadas y en mayor frecuencia y de uso obligatorio, el uso de gel antibacterial y en algunas ocasiones se requería de guantes, había mucha limitación en el aspecto de las superficies o zonas en las que nos encontráramos, por ejemplo; en casa no se le permitía el acceso a cualquier persona sin antes haberlo desinfectado, y en algunos hogares si estaba prohibido llegar, aunque ciertamente nadie salía si no fuese por alguna necesidad de aspecto básico, como segundo, en los super mercados solo estaba permitido el acceso a una persona que esta debía llegar con cubre bocas y caretas, se les proporcionaba el gel antibacterial y había una limitación en la distancia que era de 1.50 metros entre cada individuo, muchas personas preferían quedarse en casa y como antes había mencionado solo salían por urgencias, lo que más preocupó a la población es el desempleo, miles y millones de personas se quedaron sin trabajo y básicamente esa era su fuente de ingreso, de ser así los productos aumentaron de precio y hubo demasiadas cosas en desabasto, las personas por impulso, desesperación y por miedo, realizaban sus compras por mayoreo entre ellas la compra del papel higienico,

el alcohol, huevos y productos enlatados.

Hablando sobre el tema en la atención de salud, el personal de salud sufría de ataques por la misma sociedad sin valores y sin el conocimiento de que aquellos que eran atacados eran los mismos que daban su vida por familiares aún así exponiendo hasta la vida de su propia familia.

En los hospitales y centros de salud el suministro de medicamentos llegó al punto de escasearse incluyendo lo que son los materiales que los enfermos necesitaban o lo que el mismo personal de salud requería, como lo eran, guantes, gasas, cubre bocas, algodón, alcohol y algunos otros tipos de desinfectantes de uso clínico, por lo consiguiente el personal de salud no contaba con un equipo que salvaguardara la integridad personal, no garantizaban la protección necesaria de la misma manera que hubo el fallecimiento de mucho personal médico.

La sociedad se encontraba permaneciendo en aislamiento, surgió de primera acción una cuarentena que al paso de los días esta se extendió lo que alertó a la población y comenzó mayor crisis, por parte los noticieros presentaban los casos de fallecimiento, la tasa a nivel mundial de estos y de contagios, por lo que existió un estado mental crítico, la cancelación de actividades, el cierre de negocios que eran sustento de familias, predecía estados de angustia e incertidumbre, con el paso de los días cada vez era más difícil, ya no solo era un estado, sino que transcurrió a ser un trastorno de ansiedad o de estrés, afecto mentalmente a la población así como emocionalmente por la pérdida de familiares, para muchas personas que sufrían ya todo esto requerían de atención de manera psicológica por la angustia de que esto algún día no terminara y el temor a contagiarse y contagiar a sus seres queridos, en ciertas fechas se hizo una encuesta para saber que tan mal se encontraba la sociedad de manera mental y en que parte estaba afectando, si de manera personal o por la angustia de la familia, hubo una preocupación mayor cuando alertaron a la sociedad

adulta, pacientes diabéticos y pacientes hipertensos eran más expuestos al contagio por la inmunodeficiencia que puede haber en cada paciente. “Esta pandemia a magnificado todas las desigualdades de nuestra sociedad, como el racismo sistémico, la desigualdad de género y la pobreza” Melinda Gates dijo en una entrevista.

Era tanta la negligencia de muchas personas que se limitaban a realizar cosas negativas, sin embargo siempre buscaban la manera para protegerse, siempre actualizándose por los medio, las maneras para protegerse tales como informaba la Organización Mundial de la Salud; Mantener la distancia mayor posible de otro individuo, lavarse las manos con frecuencia y desinfectar las superficies, así como los alimentos, productos enlatados y cualquier objeto que pudiese ser parte contaminante, de esta manera también podías ayudar a no contaminar a terceros como lo es; al toser cubrirte con el codo con un pañuelo al toser o de igual manera al estornudar, respetando las indicaciones de las autoridades de nuestro país o estado y como principal objetivo; no tocarte la cara esto infiere en los ojos, la nariz y la boca, porque son la principal fuente de contagio, este tipo de actividades son las que influían en la protección, pero este tipo de personas que se vieron más afectadas eran las que más estaban al pendiente de una nueva dosis de prevención o de cura para la enfermedad, resultaron nuevas variantes de esta enfermedad, pronto se dio a conocer la primer vacuna, esta resulto estar en gran polémica por el echo de los comentarios de la sociedad, si era bien utilizarla o si solo se estaban desaciendo de más personas, ya que los fallecimientos estaban a la hora del día, eran de manera constante, lo que ocasionó que muchas personas no acudieran por la dosis, pero se informó de una presión social ya que debía realizarse de manera obligatoria para poder ingresar a ciertas tiendas o centro comerciales así como aquellos que requerían viajar, no había

acceso a quienes no tuvieran la dosis solicitada, y las medidas de prevención aún seguían de tal manera que cada día que pasaba era más tormentoso por el miedo que surgía si esto no acabara y con el desabasto de alimentos o suministros de la canasta básica y sobre todo el tiempo que iba a abarcar la cuarentena, con esto surgieron más patologías, el aislamiento causó gran controversia. “Esto es ciencia en evolución. Estas viendo cómo se hacen salchichas, frente a los ojos del mundo” Yale Saad. Investigador de Vacunas.

Desde el inicio de pandemia bastante personal de salud resultó contagiado del virus, al ya haber una vacuna también fueron los primeros en recibirla, no existía con certeza un medicamento para curarla pero si habían algunos que ayudaban a contrarrestarla, como se sabía el COVID 19 implicaba tener ciertos síntomas como lo son el tener Tos, Fiebre, Cansación, Pérdida del Gusto o del Olfato como también lo era un Dolor de Garganta, Dolor de Cabeza, Molestias y Dolores, Diarrea, Ojos rojos o irritados, Pérdida de coloración en ciertas partes del cuerpo como dedos, pies y manos, estos podían manifestarse como síntomas básicos pero también estaban los síntomas severos tales como; La Dificultad para respirar o disnea, Dolor en el pecho y un estaba de somnolencia o confusión del individuo, el sentir o el estar disponía a estar inquieto por todos los síntomas, Escalofríos, Fátiga, Dolores musculares, por lo consiguiente los medicamentos que podían disponer era para un simple dolor de cabeza, para fiebre, gripe o tos.

Al termino de cuarentena que abarco aproximadamente dos años las personas ya podían disponer de su libertad, regresando así a buscar nuevos trabajos y los estudiantes a las escuelas, muchos no estaban preparados para un nuevo regreso, es aquí donde surge el requerimiento de la psicología para poder salir de esa burbuja en la que la sociedad estaba.

Al dar este tema volví a regresar al pasado, al comienzo de todo este caos que como parte también marco mi vida, aún en el año 2022 siguen afectando y nos ponemos a pensar en todas aquellas personas que fallecieron, que dejaron corazones rotos, la pérdida de una mamá, un papá y de un hermano, el COVID 19 se llevo a seres queridos, pero también nos dejó una gran lección que fue la unión entre seres humanos, la solidaridad entre nosotros, de igual manera aún seguimos llevando todo aquello que nos dejó la pandemia en cuanto a la higiene y la protección, la higiene mediante el lavado de los alimentos, así sean de campo o productos de fabrica, ya sea empaquetados o enlatados, así como en la protección al seguir usando los cubrebocas al estar en espacios en donde transcurre mucha gente, el uso del gel antibacterial igual al entrar a cualquier instancia, pero lo más importante, de manera emocional o mental se requería de terapia, por lo mismo del aislamiento que muchos tuvieron y los trastornos que se le desarrollaron como el estrés y la ansiedad que fueron los que verdaderamente influyeron en las personas y afecto también en el desarrollo de los niños, el poder socializar con compañeritos y el poder tener que comunicarse con adultos o dar la confianza, como también el déficit que pueden manifestar.

En algunos tragicos casos pudo existir algun abuso o maltrato en niños y niñas como también de adolescentes, de parte de un familiar cercano, lo cual para ellos el poder tener su libertad ha sido un cambio radical como para poder tomar la decisión de poder pedir ayuda psicológica en caso de ser adolescente, pero si fuese en un niño la ayuda podría veni de parte de sus maestras o algún adulto, en dibujos, o bien en la tímidez que este tenga, este es un tema que quise dar porque a mi pensar es muy importante la salud mental, no solo en el ámbito de la pandemia sino también en todo lo que esta abarco.

Bibliografía

Universidad del Sureste. 2022.

Antología de Psicología en salud. Páginas (106/113)

<file:///C:/Users/USUARIO/OneDrive/Escritorio/PSICOLOGIA%20ANTOLOGÍA.pdf>

Todo sobre el COVID-19. 2022.

Gobierno de México

<https://coronavirus.gob.mx>