



*Nombre del Alumno: Yureni Vanessa Cruz Méndez*

*Nombre del tema: Comprensión de las enfermedades*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: Psicología de la salud*

*Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: I*

## INTRODUCCIÓN

Mucho se ha dicho sobre el alcance del impacto que llegó a tener el COVID-19 en el mundo. Desde el inicio de esta pandemia la mayoría de las personas llegaron a tener sus propias conclusiones, empezando por llenarse la cabeza con una serie de preguntas como; ¿Qué es exactamente el COVID-19?, ¿De dónde surgió?, ¿Cómo se creó u origen?, entre otras. En la actualidad ya se conoce la información exacta de lo que fue esa enfermedad, del gran alcance que tuvo, quizá también de una cifra cercana a la exacta de las muertes registradas pero lo que muchos y la gran mayoría no sabe o no quiere darse cuenta, es acerca del impacto psicológico que este tuvo. Como bien sabemos a muchos nos tocó vivir el gran desastre muy a fondo debido a que en la mayoría de los casos las familias tenían pérdidas no solamente de familiares que en sí ya era el dolor mas grande que les toco pasar pero lastimosamente a otras también tuvieron que sufrir demasiado por el desempleo , que como bien sabemos muchos negocios y empresas cerraron sus puertas por un muy largo y extenso periodo debido a que la pandemia fue realmente una catástrofe que dejo a muchos sin empleo, sin un sustento para los hogares más necesitados, sin apoyo alguno para poder llevar a sus hogares un sueldo para pagar los gastos requeridos o liquidar deudas y sobre todo para poder comprar alimentos y medicamentos así como otras necesidades que las familias tenían. La pandemia fue una gran pérdida de cosas y personas que eran valiosas, pero debemos de tener en cuenta que esto no hubiese llegado a puntos realmente extremos sino hubiese sido a causa de nuestra inconciencia e irresponsabilidad como personas, nosotros si la hubiésemos podido detener y hubiésemos podido evitar muchas cosas que tuvimos que pasar a causa de que nunca nos tomamos en serio las cosas. Se nos dio a conocer lo que se venía, lo que otro país estaba pasando, lo que otras familias estaban perdiendo y lo que otras personas estaban sufriendo con esta enfermedad, mas sin embargo hicimos caso omiso a esta advertencia y decidimos simplemente decir que se lo merecían, que era responsabilidad o consecuencia de ellos y lo más frecuente que la mayoría dijo es que para que nos preocupamos si eso no llegara aquí porque estábamos muy lejos. Sin darnos cuenta un día en las noticias que no todos se toman el debido tiempo de ver, llego el primer informe sobre la primera persona contagiada y empezamos entonces a decir y recalcar exactamente las mismas preguntas más sin embargo pues esta vez le quisimos agregar el ¿Para qué me preocupo si a mí no me va a dar? Es curioso ver y darnos cuenta que como seres humanos logramos ignorar tantas cosas tan pero tan obvias a simple vista. Muchas veces creemos que las enfermedades como en este caso

fue el COVID-19 no nos afectaría tanto pues total era una simple gripa ¿no?, sin darnos cuenta esta enfermedad nos dejó muchas pérdidas y muchos problemas que para la mayoría aun no logran reponerse de esto. Existen personas afortunadas que a pesar de haberse contagiado pudieron sobrevivir pero a consecuencia de haberse contagiado de esta enfermedad quedaron con algunas afectaciones dentro del mismo organismo debido a que esta enfermedad los debilito. Este tema del COVID-19 es demasiado extenso debido a que son muchas las cosas que esta pandemia nos dejó como a consecuencia de nuestra irresponsabilidad. A continuación presentare un ensayo hablando acerca de lo que fue el COVID y de las grandes y muchas consecuencias que este nos dejó como población y de el gran impacto que tuvo con nuestras vidas y nuestras familias, ya que como todos sabemos a cada de uno de nosotros nos dejó una perdida ya sea hablando de algún familiar, de algún trabajo, de algún negocio o de la unión familiar que solíamos tener o en nuestra vida social. También se debe de reconocer en este escrito del impacto y afectación que este dejo en las personas que no fueron reconocidas pero fueron la primera línea de defensa que tuvimos ante esta enfermedad y que la mayoría no reconoció el gran esfuerzo y acto heroico que tuvieron para poder sanar a las personas que se contagiaron, así también como para no abandonar a los enfermos y personas que necesitaban de ellos. Sí, estoy hablando del personal de salud que aunque muy pocos lo reconozcan y muy pocos lo aprecien ellos fueron quienes nos ayudaron y nos permitieron seguir aquí en la mayoría de los casos. Hablaremos extensamente sobre el gran esfuerzo que estos tuvieron e hicieron para poder ayudarnos y no abandonarnos en el proceso de lo que implicó esta pandemia y del impacto psicológico que también género en ellos.

## IMPACTO PSICOLÓGICO DEL COVID-19

Desde el brote de esta enfermedad todos como personas cambiamos en diferentes aspectos de la vida, en especial al de nuestra vida cotidiana. Debido a que en cada familia dejó un gran impacto en todos los aspectos que se puedan tener dentro, como por ejemplo; el trabajo, que como bien sabemos la mayoría de las personas perdieron su trabajo debido a la afectación que la enfermedad tuvo en este aspecto. Muchas empresas solo de entrada hicieron recorte de personal, debido a que muchas de las ventas bajaron y por lo tanto la empresaria no generaba ingresos y no pudiendo pagar al personal tuvieron que despedirlos. En los pequeños negocios o mini empresas o emprendimientos la mayoría de ellos tuvo que cerrar y así obligando a su personal a renunciar debido a que la mayoría ya no les podía liquidar por las bajas ventas. No obstante también como secuela de esto, era casi imposible conseguir trabajo por lo tanto esto generaba conflicto en las familias. Como bien se sabe después de que la enfermedad se empezara a propagar de la manera en que se hizo, se dio a conocer lo que comúnmente conocemos "LA CUARENTENA" que como bien sabemos esa palabra cambió nuestras vidas totalmente. Cuando el toque de queda se dio a conocer nos dimos cuenta de muchas cosas en el ámbito familiar, si quizá para algunos pues dirán eso era lo mejor estar todo el día haciendo nada más que estar viendo la televisión, que estar comiendo y durmiendo, si eso era muy fácil y divertido para las personas que podían y que tenían las condiciones y las posibilidades para sobrevivir a esta catástrofe, pero sin embargo, para las personas de escasos recursos, quienes tenían que salir a trabajar para poder llevar el sustento a sus hogares, a quienes tenían que comprar sus medicamentos para poder curar a sus enfermitos en casa, a los que vivían del día a día (los que vivían de lo que ganaban al día), para todas esas personas fue una gran tristeza no conseguir algo para poder llevar a su familia, para poder curarlos y cuidarlos y sobre todo protegerlos de esta enfermedad que era lo que nos estaba afectando y por la cual nos encontrábamos en tal situación. La mayoría de la población se vio afectada ante la enfermedad con otro de sus aspectos más afectantes como la inestabilidad familiar y/o de pareja. Como pudimos darnos cuenta después de que se ordenara la cuarentena todos nos tuvimos que quedar en casa obligatoriamente, y es así como se desata otro conflicto familiar más y otra consecuencia de la enfermedad. Como ya antes mencionado la mayoría de las personas perdieron su trabajo por lo tanto esto generó conflicto en el ámbito familiar, empezando por el aspecto del dinero, que para todos era el recurso

principal para solventar los gastos. Al no generar ingresos como padres de familia nos quedamos sin ideas y sin recursos, se nos empezaron a doblar las manos porque ya no sabíamos que hacer para traer algo al hogar, por lo tanto la gran mayoría cayó ante posibles enfermedades mentales tales como la depresión, el estrés, la ansiedad, entre otras más. Lo cual conllevó a empezar a tener problemas ante tu pareja o familia. Sin darnos cuenta la enfermedad fue avanzando más y más hasta llegar a nuestros hogares, pero al no tener los recursos ni la manera de enfrentarse ante esta, muchas familias cayeron en desgracia y lamentablemente perdieron a algún familiar debido a que no se contaba con los recursos necesarios para combatir la enfermedad, empezando nuevamente con los problemas. Otro de los aspectos más importantes que tuvo fue el impacto en las personas ante el desabasto de cosas. Una vez dada la cuarentena, todos debido a la angustia de no poder salir muchas de las personas empezaron a hacer sus compras de impulso, llevando en grandes cantidades muchos de los productos y dejando así en desabasto la gran mayoría de los supermercados y tiendas. Por lo tanto como secuela de esto quedo en escases muchos negocios y así fue como a través de esto se empieza a originar otro conflicto más pero esta vez en el aspecto de la sociedad. Después de lo antes mencionado empieza la desesperación de las familias y de las personas a tal grado que se inician los saqueos a negocios, empresas o supermercados llevando consigo una problemática más de la enfermedad.

Son tantos los problemas y consecuencias que dejó esta pandemia del COVID-19 en diferentes aspectos pero sin embargo el principal y más triste de todo fue el de haber perdido a un ser querido, amigo, familiar, o conocido o alguien que apreciabas. Como lo mencionaba también hay que tener en cuenta otro aspecto importante en esta etapa de la pandemia y es el de cómo lo enfrentamos y quienes fueron los que se arriesgaron para ayudarnos a combatir esta enfermedad.

## IMPACTO PSICOLÓGICO DEL COVID-19 EN LOS TRABAJADORES DE LA SALUD

Desde el inicio de la pandemia la mayoría del personal de salud se vio afectados en muchos aspectos. Empezando que ellos nunca pudieron quedarse en casa para resguardarse de la enfermedad, ellos fueron nuestros héroes que se mantuvieron todo el tiempo en los hospitales ayudando a las personas que pudiesen enfrentar la enfermedad. Ellos estuvieron la mayor parte del tiempo encerrados y en contacto con las personas contagiadas y lamentablemente ante la constante exposición a esta enfermedad muchos de ellos se enfermaron y algunos también perdieron la batalla. El personal de salud se vio afectado también en el aspecto a sus prolongadas y extensas jornadas de trabajo así como el deterioro tanto físico como mental que

les exigía al ser la primera línea de defensa ante esta enfermedad. Hablar de la situación que ellos tuvieron que vivir también es algo muy importante porque debemos de aprender a reconocer y valorar el esfuerzo que hicieron por nosotros, tanto que algunos de ellos llegaron a caer en el estrés-postraumático (trastorno después de experimentar un hecho impactante, aterrador o peligroso) que en el caso de ellos fue el COVID-19. La mayor parte del tiempo como lo mencionamos anteriormente ellos se estaban en el hospital y es así que por lo tanto no podían ver a sus familias que esto fue algo devastador para ellos ya que como todos también necesitaban estar cerca de ellos, poder abrazarlos y convivir cerca de ellos. El realmente triste para ellos lo que tuvieron que vivir porque fueron muchos aspectos lo que los rodeaban, uno de los principales y mas afectuoso para ellos era el hecho de ver como sus colegas, amigos o compañeros de trabajo se contagiaban de esta terrible enfermedad y ver que algunos de ellos lastimosamente perdían la vida la no poder salir de la enfermedad. Tenían muchos miedos al estar dentro del hospital pero ninguno como el hecho de o poder volver a ver sus familias ya que hablando en el aspecto familiar para ellos era necesario el abrazo de ellos y era realmente triste como alguno de ellos tenían que hacerlo a través de una barrera especial para no contagiarlos ya que ellos estaban expuestos a la enfermedad, otro de sus miedos era contagiarse ya que como pudimos observar en la mayoría de los hospitales el personal de salud no contaba con los servicios y materiales necesarios para poder atender a las personas que tenían esta enfermedad. Como pudimos notar su traje era totalmente frágil y no era para nada protector era por tal que ellos temían mas a contagiarse debido a que no era para nada seguro. Un punto importante que también tuvieron que enfrentar era a la exigencia y el maltrato laboral, ya que normalmente eran explotados en sus horas laborales, no contaba con condiciones asépticas para la enfermedad ni material adecuado para interactuar con las personas contagiadas. Fueron tantas las situaciones a los que el personal de salud tuvo que enfrentarse en la pandemia ya que como en algunas ocasiones pudimos saber el maltrato y el abuso y sobre todo la discriminación que les hacían era fatales. Existieron personas que abusivamente los trataba mal, por ejemplo; al verlos en la calle algunos fueron tan desconsiderados que los insultaban o tiraban cosas o sustancias porque creían que estaban infectados, no dándose cuenta que ellos fueron la principal fuente de combate para esta enfermedad, porque hay que aprender a admitir y reconocer el gran esfuerzo y sacrificio de ellos hicieron por todos nosotros. Algunos de ellos lucharon para combatir la enfermedad pero desafortunadamente no pudieron sobrevivir, es por tanto que en ellos también al sufrir todos estos abusos tanto de la sociedad como del su trabajo cayeron en ciertos problemas mentales y trastornos tales como de ansiedad, insomnio, depresión, entre otros. Son muchos aspectos

relevantes e importantes que se deben de tomar en cuenta para reconocer al personal de la salud y agradecerles por el gran trabajo que realizaron porque fueron muchos los aspectos en los cuales se vieron afectados pero pues afortunadamente hoy día ya se mantiene controlada un poco más la enfermedad debido a que ya se tomaron medidas preventivas para poder combatirlos o para evitar contagiarse, tales como lo fue la vacuna contra el COVID que fueron una variedad de diversos tipos de vacunas pero todas llevaban al mismo propósito. Este es otro punto que ellos también fueron los que tuvieron que afrontar ya que ellos eran los que tenían que aplicar tal medicamento. No fue simplemente en una sola zona, sino que también algunos tuvieron que ir a lugares más lejanos, tales como las zonas rurales entre otros pueblitos más, aunque sea difícil de entender también es esos lugares ellos llegaron a presentar maltratos debido que como bien sabemos existen personas con un carácter un tanto difícil que hacen que el trabajo del personal de salud sea más complicado. Entre estos y otros aspectos fueron los más relevantes que afrontaron durante la pandemia. Hablando generalmente de los especialistas de la salud pero si un trabajo que hay que reconocer más que otro fueron los enfermeros y enfermeras que son quienes les toca tener que acatar las ordenes que el medico indique y son quienes tienen que hacer el trabajo acerca de los cuidados del enfermo que en este caso fue sobre los contagiados del COVID-19. Mas sin embargo pesar del estrés, de los insultos, de la presión soportada tanto como en el aspecto laboral como en el aspecto social sabemos bien que ellos realizaron su trabajo con mucho profesionalismo y con eficacia y sobre todo disciplina que él lo que a ellos les corresponde, por lo que su motivación por el amor a su profesión les permite enfrentar tanto esta gran pandemia que todos tuvimos que vivir como cualquier otro tipo de cuidado que les corresponda hacer. Normalmente encontramos más personal médico de sexo masculino y más personal de enfermeros en el sexo femenino y es un aspecto muy importante a recalcar ya que normalmente como personas sentimos un poco más de confianza ante las mujeres pero eso no quiere decir que los enfermeros o médicos no hagan o realicen de forma correcta su trabajo. Ambos profesionales y ambas profesiones deben de ser reconocidas por hacernos ayudado a combatir la enfermedad y por ayudarnos a curarla. Se reconoce tanto al personal de salud que estuvo en los hospitales especializados de COVID-19 así como a quienes se quedaron en otras áreas clínicas junto a otros enfermos que necesitaban de su ayuda y conocimiento y que por supuesto ellos con mucho profesionalismo y disciplina lo hicieron a pesar de la presión que sintieron estuvieron presentes en todo momento y no abandonaron su trabajo ni se dieron por vencidos para poder ayudar a los demás.

## CONCLUSIÓN

No fue nada fácil el tema de la pandemia no solamente al personal de salud sino que para todos fue un proceso totalmente difícil que tuvimos que pasar para aprender a ser más responsables y a saber cuándo si y cuando no se debe hacer caso omiso ante estas situaciones. Como lo podemos analizar si hay que reconocer que fuimos muy inconscientes al no tomarnos en serio la situación. No todo es un juego en esta vida y no todo se va a solucionar rápido o sin consecuencia alguna si no se le pone importancia. La pandemia nos dejó muchos aprendizajes lastimosamente algunos lo tuvieron que aprender perdiendo a uno o varios de sus seres queridos, hay muchas situaciones de la vida que debemos de aprender antes de que esta nos las enseñe a su manera. Un aspecto importante a recalcar en todo este tema como ya lo mencione anteriormente es el reconocimiento que se le tiene que otorgar al personal de salud que fue la gran parte importante para poder combatirla. Se debe de decir que fueron muchas partes importantes que intervinieron en esta batalla, hablando de el personal de salud no nos referimos únicamente a los médicos, sino que también a los enfermeros que fueron sino la mayor ayuda de esto ya que como lo antes mencione nosotros somos el personal que nos corresponde seguir y acatar órdenes que le medico indique, como que tenemos que estar siempre ahí sin decir no, sin decir esto no me gusta hacerlo o realizarlo, no. Como enfermeros nos corresponde una parte muy difícil y sobre todo muy comprometida porque normalmente somos reconocidos por la disciplina que debemos de tener, por la responsabilidad que debemos de seguir y sobre el trato que nos corresponde dar y recibir, debemos de hacer un buen trabajo para obtener buenos resultados , en nuestro caso debemos de realizar correctamente el cuidado que se le debía de dar y ofrecer al paciente contagiado de COVID-19 para obtener una pronta mejoración y también porque sabíamos que si lo realizábamos con buena disciplina, higiene y cuidado pues no podríamos contagiarnos sin importar que el área o material no era el adecuado siempre y cuando se sepa realizar un buen trabajo. Quizá en este aspecto de la enfermedad talvez por la consecuencia que esta llevaba al tenerla dentro del organismos pues era un tato difícil poder comprender o tratar de entender al paciente porque sabíamos que la enfermedad era grave y delicada por lo tanto no podíamos ponernos en su zapato pero si podíamos tratar de comprender el dolor que ellos tenían y si aunque aún no existía una cura inmediata o exacta lo que como enfermeros nos correspondía era darle un trato digno para tratar de aliviar su dolor y que el proceso de su enfermedad no sea tan dura y que no sea solitaria ya que este aspecto de la enfermedad ellos se encontraban asilados. Por lo tanto es importante siempre tener profesionalismo y humanidad.



## Bibliografía

Desconocido (2022) UDS\_ ANTOLOGÍA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f688dab872632c553dbcc5996aecf4f6-LC-LEN103.%20%20PSICOLOGIA%20Y%20SALUD.pdf>

Covid-19

OTRAS FUENTES:

LIBRO PDF

[https://www.dplf.org/sites/default/files/la\\_emergencia\\_sanitaria\\_covid-19\\_a\\_la\\_luz\\_de\\_la\\_emergencia\\_climatica.pdf](https://www.dplf.org/sites/default/files/la_emergencia_sanitaria_covid-19_a_la_luz_de_la_emergencia_climatica.pdf)

FUENTE BIBLIOGRÁFICA

<https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/706>