



Mi Universidad

Nombre del Alumno: SADDY ANGEL CIFUENTES

Nombre de la Materia: PSICOLOGIA

Nombre del tema: IMPACTO PSICOLOGICO DEL COVID 19

Nombre del profesor: LUIS ANGEL GALINDO ARGUELLO

Nombre de la Licenciatura: LIC. EN ENFERMARIA

Cuatrimestre I ER. CUATRIMESTRE

INTRODUCCION

A fines de diciembre de 2019 apareció una nueva enfermedad de etiología desconocida en Huanan, China. El 30 de enero de 2020 el director general de la Organización Mundial de la Salud lo declaró "emergencia de salud pública de importancia internacional". La aparición de este nuevo virus, SARS-CoV-2, conocido como COVID-19, supuso una fractura en la manera de vivir y de bajar en todo el mundo, con efectos en un futuro todavía desconocido.

El brote de Huanan, extendió a Europa y América, impuso unas estrategias de contención de la infección como fue el aislamiento social, la ausencia de relaciones interpersonales y el cese de la actividad comercial y de los servicios no esenciales.

La elevada atención que precisó el número de pacientes afectados por COVID-19 obligó a la redistribución de los recursos sanitarios, con suspensión de la actividad no urgente. Aunque el derecho a la salud lleva implícito el derecho a un adecuado tratamiento de dolor (la Constitución española de 1978 en su artículo 43 reconoce el derecho a la protección de la salud y por tanto el derecho a los ciudadanos a recibir una asistencia adecuada) y la Organización Mundial de la Salud determinó que el alivio del dolor es un derecho fundamental, en esas circunstancias fue considerado un procedimiento no urgente, por lo que el seguimiento y el tratamiento del dolor crónico fue disminuido o interrumpido por la pandemia. Este hecho ha afectado tanto el tratamiento de los pacientes como a su salud mental.

El objetivo de esta revisión ha sido analizar el impacto del COVID-19 se ha seleccionado revisiones sistemáticas y extensión de metanálisis para revisiones de alcance, los gobiernos han tenido que enfrentar la pandemia con distintas medidas de salud pública para prevenir la expansión del virus, se ha impuesto cuarentenas (voluntarias u obligatorias) confinamiento, medidas de distanciamiento social, cierres de fronteras y restricciones de viajes, cierre de escuelas y de establecimientos entre otras, todo eso ha llevado a la economía a una crisis mundial y a una recesión, muchas empresas han quebrado y se han perdido millones de empleos en todo el mundo, no obstante la misma presión económica ha llevado a varios países a reabrir sus economías, en algunos casos gradualmente, en otros, de forma precipitada, lo cual ha causado rebrotes de la epidemia, las medidas de salud pública generalmente adoptadas, como las cuarentena y aislamiento social están teniendo efectos psicológicos negativos sobre la gente, pero particularmente ha habido efectos muy nocivos en gente en

situación de vulnerabilidad, como mujeres que padecen violencia doméstica, niños y adolescentes, migrantes, gente en prisión, entre otros.

El recuento que aquí se hace acerca de la pandemia tiene una clara dimensión moral que no podemos eludir. La pandemia de COVID 19 nos obligó a pensar desde la bioética las distintas cuestiones morales involucradas en todo lo que ella implica, esta introducción busca dar panorama de alguna de las cuestiones éticas más relevantes al surgimiento de la pandemia a la respuesta de salud pública a la pandemia incluyendo la justificación moral de las medidas de contención como son la limitación de derechos y libertades individuales derivado del confinamiento el aumento o preocupación de la violencia y la discriminación hacia grupos en situación de vulnerabilidad, las obligaciones del personal médico que se enfrenta a un elevado riesgo de contagio.

DESARROLLO

A lo largo de nuestra vida vivimos con diferentes tipos de virus, que a nivel biológico se trata de un microorganismo no celular que solo puede desarrollarse al interior de una célula viva, como el COVID 19 u otra enfermedad más, dentro de las diferentes tipologías de virus u enfermedades, nos encontramos con el famoso COVID 19, que está y aun sigue presente en diferentes partes del mundo y causa enfermedades como la infección respiratoria aguda (IRA) en otro término se puede conocer como gripe, que puede llegar a ser leve, moderada o grave.

El coronavirus COVID 19 fue catalogado por la Organización Mundial de la Salud como una emergencia de salud pública de importancia mundial. Se han identificado casos en todas partes del mundo, el 6 de marzo del 2020 se identificó el primer caso en Colombia. A la fecha se pudo controlar la pandemia pero no dejan de aparecer pequeños casos en el mundo o en países más grandes, al principio fueron dieciocho mil (18.000) casos confirmados, mientras que a nivel mundial se confirmaban cinco millones (5.000.000) de personas contagiadas y alrededor de trescientos treinta mil (330.000) fallecidos.

La infección se o se expande cuando una persona contagiada tose o estornuda, expulsando partículas del virus y también con un simple contacto físico (estrechar la mano, un abrazo o un beso) haciendo que otras personas adquieran la enfermedad sin ninguna dificultad.

Una persona contagiada durante los primeros días puede que no perciba su estado de salud, durante un tiempo puede ser asintomático y al estar en contacto con otras personas, facilita más la posibilidad de su contagio, algunas personas que mediante tratamiento médico adecuado pueden lograr superar la enfermedad, otras sencillamente pierden la vida.

En un tiempo nuestra mayor prioridad fue resguardarnos, confinarnos, protegernos y adaptarnos al tipo de medidas preventivas que los médicos, y todo el personal de salud como la (OMS) LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD indicó el confinamiento total, fue un cambio drástico de un día al otro nadie estaba preparado para eso, dado a que este virus revolucionó nuestra realidad a nivel mundial, ha cambiado nuestra vida desde hace casi 2 años, y tal vez de forma permanente o quizá no sea así, pero es cierto que la enfermedad aun se ve presente en diferentes partes del mundo, ya no como antes, pero sí en menor cantidad conociendo que aun todos estamos expuestos.

Surgen inquietudes y al mismo tiempo se responden las preguntas a la interrogante, “ como algo tan microscópico puso al mundo en jaque y nos hace sentir vulnerables”, creíamos que

estavamos preparados para cualquier tipo de adversidades pero la verdad es que el mundo dio un giro y nadie estuvo preparado.

Encontramos cambios y desafíos en los que empezamos a reflexionar y a tomar conciencia de la situación en el aspecto familiar, laboral y social. Adaptarnos a una nueva realidad que nadie esperaba o se imaginaba que en algún momento llegaría a suceder, dando otra mirada, tomando lo bueno, siendo positivos para poder lograr cumplir los objetivos trazados en cada uno de estos aspectos y llegar a un feliz término.

Frente a nuestra nueva realidad, encontramos y descubrimos que la tecnología es esencial en nuestras vidas, si antes pensábamos y considerábamos que no podíamos trabajar desde casa o en las empresas consideraban que sus trabajadores no estaban preparados para un trabajo flexible, se demostró que sí, si se pudo, también que optimizamos nuestro tiempo, nos desempeñamos con más eficiencia y productividad, todo esto sin salir de nuestros hogares.

Asimismo, hemos considerado que la labor de cada uno es muy importante y vital en nuestro día a día, el papel que ejercen los profesionales y en general el personal de salud es muy valioso nos enseñaron a evitar más contagios, nos indicaron cómo actuar si en dado caso llegamos a presentar los síntomas, nos ayudan a combatir el virus y ofrecen su servicio con la plena confianza y disposición, y aunque reconocen y asumen su responsabilidad para atender corren un riesgo de contagio.

Frente a nuestra nueva realidad, encontramos y descubrimos que la tecnología es esencial en nuestras vidas, si antes pensábamos y considerábamos que no podíamos trabajar desde casa o en las empresas consideraban que sus trabajadores no estaban preparados para un trabajo flexible, se demostró que sí, si se pudo, también que optimizamos nuestro tiempo, nos desempeñamos con más eficiencia y productividad, todo esto sin salir de nuestros hogares.

Asimismo, hemos considerado que la labor de cada uno es muy importante y vital en nuestro día a día, el papel que ejercen los profesionales y en general el personal de salud es muy valioso nos enseñaron a evitar más contagios, nos indicaron cómo actuar si en dado caso llegamos a presentar los síntomas, nos ayudan a combatir el virus y ofrecen su servicio con la plena confianza y disposición, y aunque reconocen y asumen su responsabilidad para atender corren un riesgo de contagio.

Hay otras profesiones o actividades que antes eran imperceptibles y hoy en día cobran relevancia, como el personal de hacedo y de vigilancia, personas que nos brindan protección y seguridad en diferentes circunstancias. La pandemia nos abrió los ojos y nos hizo mirar hacia nuestro alrededor y reconocer a otras personas que actúan para el bienestar de todos.

También debemos de aclarar que tanto el que siembra en los campos como el que transporta los alimentos y el que los procesa y prepara, ejerce un rol fundamental para nuestra salud y su bienestar se traduce en nuestro bienestar.

Se ha notado un interés por salir adelante, todos esperamos ayuda y claro, otros la necesitan más que otros, seguramente muchos quedaron esperando algún tipo de beneficio, y lo que pasó se debería de aprovechar para tomar conciencia de que no todos contamos con los mismos recursos, con las mismas posibilidades. El COVID 19 debe representar para nosotros y nuestro país una razón para replantearnos como venimos estableciendo nuestra sociedad. La educación es un pilar fundamental, de los jóvenes que de ellos depende el futuro de nuestro país y de nuestra sociedad, debe de importarnos que todos tengan acceso a la educación, el valorar la responsabilidad de los médicos y de todo el sector de salud que apoyó al país, el COVID 19 nos pegó como una puñalada en la espalda, ataques psicológicos, ansiedad, estrés y depresión fueron los factores que muchas personas pasaron a lo largo de la pandemia, muchas salimos afectados, e incluso aun se sigue dando, no todos hemos salido de los ataques de ansiedad o psicológicos, esto nos afectó mucho y probablemente nos siga afectando ya que no se ha terminado. La situación de alarma generada por el COVID 19 puso una emergencia sanitaria global, los efectos a nivel socioeconómicos derivados de la misma son varios, incluyendo un inevitable detrimento de nuestra salud psicológica, con el paso de los meses psicólogos y psiquiatras y trabajadores especializados en la salud mental en todo el mundo empezaron a advertir sobre el aumento de consultas por trastornos de ansiedad y depresión que la misma pandemia generó en las personas, y se reclamaron a los gobiernos para que se abordara el tema de la salud mental durante la pandemia, según estudios realizados durante la pandemia sobre más de 55.000 participantes de 40 países se detectaron múltiples y amplias vulnerabilidades “desde la ansiedad hasta la depresión y tendencias suicidas a través de la angustia que generalizaba la pandemia” el informe “resultados del estudio internacional de la salud mental COVID 19 para la población general dice que “se detectó depresión probable en el 17,8%

Y angustia en el 16,7%. Un porcentaje significativo dijo haber detectado deterioro del estado mental en la dinámica familiar y el estilo de vida cotidiano”. ante la pandemia del COVID 19 en muchos países como el nuestro la respuesta fue mandar a la población a cuarentena como mejor herramienta para combatirla, y es que desde hace mucho tiempo atrás se ha utilizado la cuarentena para posibles propagaciones de enfermedades o virus de transmisión en la población sin embargo, es preciso contar los efectos obtuvieron con esta obligatoriedad en la cuarentena van a compensar el impacto psicológico.

Hasta la fecha se han reportado algunas investigaciones que dan evidencia de predicción de un impacto psicológico de la pandemia debido a características demográficas de los habitantes. Un estudio de pobladores de campo en cuarentena por la gripe equina reportó asociación entre un impacto psicológico negativo con tener una edad más joven, menor nivel académico, ser mujer, y tener hijos en lugar de no tenerlo.

Por otro lado, un estudio postuló que factores demográficos como el estado civil, educación, edad, vivir con otros adultos y tener hijos no estuvo asociado con los resultados psicológicos, así también existe evidencia de experimentar ansiedad y enojo, meses después de salir de la cuarentena en personas con antecedentes de enfermedades psiquiátricas.

En cuanto a los trabajadores de la salud un estudio reportó síntomas más graves de estrés posttraumático en comparación que la población en general, además exhibieron mayor conducta de aislamiento, debido a que estuvieron preocupados por infectar a los demás, informaron mayor pérdida de ingresos y fueron más afectados psicológicamente, mayor enojo, mayor molestia, frustración, culpa, impotencia, aislamiento, soledad, nerviosismo, tristeza, preocupación, y más descontentos. Sin embargo, otro estudio surgió sobre el estado del trabajador de salud no estaba asociado con cambios psicológicos.

Uno de los estudios que se revisó, midió las respuestas al estrés traumático en niños y en padres en los desastres durante la pandemia, encontrándose que estos eventos de cuarentena y aislamiento pueden ser traumáticos, cumpliendo los criterios para trastornos de estrés posttraumáticos. También es importante mencionar que el decaimiento económico fue un problema durante la cuarentena, debido a que la gran mayoría de las personas están impedidas de trabajar y se vieron amenazados con interrumpir sus actividades profesionales sin la debida planificación y sus efectos duraron por mucho tiempo.

En otros estudios la perdida economica debido a la cuarentenaah creado sentimientos graves de angustia y se reporto como un factor de riesgo para sintos de trasrotnos psicológicos,enojo y ansiedad inclusive barios meses despues de que la cuarentena havia culminado. Otro estudio basado en personas en cuarentena por la enfermedad encontro que algunas personas recibieron una subvencion economica, algunos sintieron que la cantidad era insuficiente o de que les llege demaciado tarde,debido a esto muchos se sintieron perjudicados ya que no alcanzaron a cubrir sus gastos frecuentes. Y muchos tambien se volvioeron economicamente dependientes ya que no cubrieron sus gastos frecuentes, otros tambien asi mismos se volvieron dependientes de sus familiares generando la posibilidad de hacer sentir a las persona o a los familiares mas bulnerables acompañados, de que no estaban solos, estos sintomas se debe probablemente que aquellas personas con ingresos mas bajos tienen mas provabilidades de verse afectados

Por la perdida temporal de ingresos que aquellos de mas ingresos, para esto los empleadores tambien deben considerar enfoques proactivos que permitan a los empleados a trabajar desde casa, para evitar perdidas economicas, asi como para mantener proactividad y poder veneficiarse del tabajo remoto de sus trabajadores.

La presencia de la pandemia trajo tambien percuciones psicosociales a el personal de salud, relacionado con la preocupacion del contagio o por la salud de su familia, todo esto puede producir una carga de estrés importante que se podria ver aumentada si tenemos en cuenta que durante la epidemia hubo un aumento importante durante los contagios y las personas infectada y las alarmas de salud general en la poblacion.

Son los personales de salud quienes atienden tanto a personas que son sospechosas o que ya se encuentran confirmadas por el COVID 19 por lo que estan en una situacion de vulnerabilidad por el elevado riesgo de contagio, asi como tambien a los elevados problemas de salud mental, pudiendo experimentar tambien un elevado riesgo de miedo, estrés, ansiedad o de contraer el virus y la propagacion del mismo a sus familiares.

En los estudios realizados sobre el impacto psicológico del SARS en el 2003 en empleados de hospitales de beijing-china que fueron puestos en cuarentena, que trabajaron en entornos clinicos, de alto riesgo, como en las unidades del SARS o tenian familiares o amigos infectados por SARS tubieron sustancialmente mas sintomas de estrés postraumaticos que aquellos sin estras experiencias, asi tambien en el estudio del impacto psicologuico del COVID en un

hospital, el personal de salud se vio afectado por el temor que presentaron hacia el contagio de ellos mismos y de llegar a infectar a familiares, amigos o colegas así como la incertidumbre y la estigmatización fueron temas destacados tanto para el personal de salud como para los pacientes.

En el artículo sobre el impacto psicológico en los trabajadores de la salud durante el brote de COVID 19 se identificó que los trabajadores sanitarios que laboraban en las unidades de alto riesgo experimentaron mayor angustia, en forma contraria a lo esperado, los trabajadores de la salud que experimentaron un mayor contacto con pacientes con COVID mientras laboraban en las unidades de alto riesgo estaban menos angustiados, además se identificó que los causantes de angustia en los trabajadores fueron los siguientes: a) percepción de riesgo para ellos mismos, b) impacto de la crisis del COVID en su vida laboral, c) afecto depreciable y d) trabajar en una unidad de alto riesgo, así también los trabajadores sanitarios que atendieron a un solo paciente de COVID experimentaron más sintomatología de estrés posttraumático en comparación con aquellos que cuidaban más pacientes con COVID.

Finalmente las personas experimentaron falta de transparencia de los funcionarios de salud y del gobierno. Los factores presentes presentaron una mayor influencia durante la cuarentena y eso se sigue viendo en diferentes países, en diferentes ciudades y en diferentes personas que no superan el trauma por el contagio o por pérdidas familiares. La pandemia nos abrió los ojos y si alguien nos pregunta si estábamos preparados le diremos que no, el impacto psicológico fue mucho pero nada que no se pueda superar.

CONCLUSIÓN

La pandemia fue y es una realidad que nos afecto a todos de diferente manera, algo que nos dio a enseñar que nadie esta prepara para enfermedades de mortalida, a enseñarnos que debemos ser cuidadosos con nosotros mismos cuidar a nuestros seres queridos y cuidar a los demas, unir fuersas en un mundo globalizado,, la estrategia de control no siempre es posible, las estrategias de prevencion no siempre son buenas pero tenemos que adaptarnos, a estar preparados para los que sigue, lo que viene y lo que puede llegar a pasar, debemos aprender a cambiar nuestros habitos, disponer de sistemas de vijilancias y de contingencia y alertas estructuradas, reguladas y apoyarnos en una legalizacion como los gobernadores hacen o estan haciendo.

Asegurar un futuro mejor exige una cooperacion, intervenciones y colaboracion, esto supone gestionar el problema de las enfermedades mundiales con un planteamiento multisectorial que incluya a los gobiernos, las industrias, los financiadores publicos y privados, las universidad, los organismos internacionales y la sociedad civil, todos los cuales tienen respnzabilidades en la tarea de ofrecer la seguridad sanitaria mundial.

Aprendamos a pensar mas alla de nuestro mundo, mas alla de las enfermedades, mas alla de lo que pasamos, porque nada fue facil, esto fue un jaque para todos, salgamos de nuestra zona de confort, y frontemos la realidad como verdaderas personas, esta fue una crisis mundial y de ella aprendimos a solucionar los problemas juntos, ah tomar decisiones en conjunto,de tomar el liderazgo colectivo, no individual.

Esta crisis debe de dejar solidaridad y empatia, esta cituacion fue un cambio radical no solo para uno, si no para todo el mundo, debemos trabajar en equipo y cooperar ya que esto nos encamina hacer mejores personas y darles una muestra a las nuevas generaciones que con la union y la fuerza se puede afrontar cualquier cosa, cualquier obstaculo.

Dejemos de idealizar que las buenas personas no existen, porque las buenas personas somos nosotros, las buenas personas fueron el personal de salud, y gracias a ellos muchos estan aca aun, de nosotros depende cambiar al mundo, porque en nuelasr manos esta, si nosotros no nos queremos, no podemos querer a los demas, si nosotros no cambiamos nunca podremos cambiar al mundo, COVID 19 LA ERA EN QUE ABRIMOS LOS OJOS.

REFERENCIAS

(GUTIERREZ, 2020)

Referencias

GUTIERREZ, A. D. (mayo de 2020). *creative commons*. Obtenido de creative commonc:

<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Hasta-ahora-el-gobierno-colombiano-ha-actuado-con-cautela-pero-con-paso-firme.aspx>

(CASTAÑEDA, 2020)

Referencias

CASTAÑEDA, S. P. (7 de MAYO de 2020). *CREATIVE COMMONS*. Obtenido de CREATIVE COMMONS:

<https://www.larepublica.co/especiales/las-oportunidades-del-sector-fintech/el-covid-19-ha-hecho-que-las-empresas-aceleren-sus-estrategias-en-canales-digitales-3002224>

GUTIERREZ, A. D. (mayo de 2020). *creative commons*. Obtenido de creative commonc:

<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Hasta-ahora-el-gobierno-colombiano-ha-actuado-con-cautela-pero-con-paso-firme.aspx>