



**ENSAYO**

PEREZ ORTIZ ITZEL MONSERRAT

Cruz Hernández Stefany

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Enfermería

Psicología y Salud

Tapachula, Chiapas

10/11/2023

## **INTRODUCCIÓN**

El covid-19 es una enfermedad contagiosa afectado a muchos países y todo el mundo personas en particular y grupos poblacionales ha traído una serie de afectaciones en diferentes sociales socioeconómicas evidentemente de salud Claro es una amenaza de gran proporción tanto para la salud física cómo para la salud mental y el bienestar que se han visto afectado. Los síntomas de ésta enfermedad son los siguientes: Causa Fiebre o escalofríos, tos, Dificultad para respirar (sentir que le falta aire), Dolores musculares y corporales, Dolor de cabeza. Hubo miedo contagió y preocupación ya que en algunas familias hubo infectados y muchos de los que fallecieron también a causa de una enfermedad contagiosa. Cuando está pandemia comenzó afectó ala educación por que muchos se quedaron sin trabajos. Se tuvieron qué suspender las clases por meses para cuidar y cuidarlos. Lo más recomendable es el uso de cubrebocas sana distancia Lavado e higiene de manos vacunación. Para las personas fue muy difícil con todo eso del covid-19 por que cada persona tiene sus costumbres algunos se les prohibió salir y a lo que ellos están acostumbrados pues fue muy difícil pero tal manera se tenia que evitar la enfermedad y cuidar la salud sobre todo qué es lo más importante para la persona.

## DESARROLLO

Un aspecto importante para considerar en función de incorporar para intervenciones futuras es que se encontró que la información y actualizada sobre la salud (P. EJ.. tratamiento, situación de brote local). Y medidas de precaución específicas como higiene de mano y uso de mascarilla) se asociaron con un menor impacto psicológico del brote y menores niveles de estrés ansiedad y depresión (Wang, Pan,wan et al.,2020) Las intervenciones psicológicas en crisis tiene como objetivo minimizar los daños psicológicos y proveer asistencia durante la prevención y el control de la epidemia, intentando evitar así problemas posteriores como el estrés postraumático. Dado que los recursos son limitados, Jiang et al. (2020), con base a los protocolos establecidos por el Gobierno Chino y aplicados en Shangai en pacientes con neumonía por coronavirus, reporta cuatro niveles de atención que podían ayudar a la priorización de la atención: 1) pacientes con síntomas severos, personal médico de choque investigadores y personal administrativo, 2) pacientes con sintomatología mediana, contactos cercanos, pacientes sospechosos o que ingresan con fiebre para tratamiento, 3) personas relacionadas con los grupos 1 y 2, como miembros de la familia, colegas o amigos, rescatistas, 4) personas en áreas afectadas, grupos vulnerables o público en general. La cuarentena, concebida como la separación y restricción del movimiento de personas que han sido potencialmente expuestas al virus, también ha sido un factor estudiado. Brooks et al (2020), realizaron una revisión rápida acerca del impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirlo. Los autores plantean que se han reportado efectos psicológicos negativos, como síntomas de estrés postraumático, confusión e ira. Igualmente, reportan que existirían diversos factores que incidirían en la respuesta de las personas al distanciamiento social, como por ejemplo el tiempo de duración de la cuarentena, temores de infección, frustración, aburrimiento, suministros inadecuados, información inadecuada, pérdidas financieras y estigma. Plantean que en las situaciones en que la cuarentena se considera necesaria, no se debe poner a las personas en cuarentena por un periodo superior al requerido, debiéndosele proporcionar una justificación clara de la cuarentena e información sobre los protocolos asegurando que se proporcionen suficientes suministros.

A pesar de que ha aumentado el conocimiento sobre el virus y se ha logrado muestran elevados indicadores de trastornos mentales en estos profesionales. Por ello, algunos autores subrayan la necesidad de evaluar periódicamente la salud mental del personal hospitalario en miras a dirigir de forma oportuna estrategias de prevención y apoyo para esta población 34,35,36. La pandemia por la covid 19 ha traído consigo una serie de afectaciones en diferentes sectores sociales, tanto económicos, sociales y evidentemente, de salud. Sin embargo, el personal de salud se ha visto afectado psicológicamente tras la constante exposición a esta enfermedad, prolongadas jornadas laborales y el deterioro tanto físico como mental que lucha en la primera línea de defensa conlleva. Todos estos factores y sus repercusiones en la salud de los trabajadores de la salud son una problemática que no debe pasar desapercibida, esto en virtud de salvaguardar el bienestar de aquellos quienes se encuentran en la primera línea de defensa contra la covid- 19. Los primeros han seguido su actividad laboral normal, en contacto con persona que podían estar contagiadas y con el peligro añadido de contagiar a sus familiares al volver a domicilio. En el segundo grupo están los trabajadores en puestos no esenciales, que en gran medida han tenido que seguir trabajando en sus domicilios mediante trabajo y, en caso de no poder hacerlo, tuvieron que interrumpir temporalmente su actividad profesional por no haber podido virtualizarla. Entre las variables que predicen el distres psicológico en los trabajadores no sanitarios encontramos ser mujer, tener una vivencia interior, una mala percepción de salud durante los últimos 14 días, el número de síntomas, haber estado en contacto con personas o material contaminado y ser trabajador autónomo. Siendo conocidos los riesgos para la salud derivados del trabajo, el aumento de las tensiones a consecuencia del aislamiento, la adaptación a nuevas formas de trabajar y a un nuevo entorno. Parece evidente la necesidad de preparar recursos que permiten responder a lo que la mayoría de los encuestados demanda, la convivencia de recibir apoyo psicológico, no sólo los trabajadores sanitarios y no sanitarios sino también los enfermos y sus familiares.

## **CONCLUSIÓN**

El covid-19 repercute negativamente sobre la salud mental de las personas de la población en general y en particular, sobre los grupos poblacionales vulnerables. Palabras clave: ansiedad, depresión, salud mental, profesionales sanitarios. Los grupos terapéuticos se seguirán ofreciendo pero de una manera programada como considerando que la situación está cambiando y los profesionales cada vez están más capacitados para poder reflexionar acerca de sus dificultades y pedir ayuda de manera espontánea. Una de las medidas más importantes asumidas en este tiempo de la pandemia social, pero existen otro caso más como el de la cuarentena.

## BIBLIOGRAFIA

Anderson, R. (2001): Aprendizaje y memoria: un enfoque integral. México , Trillas. [Links]  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=3661807&pid=S1405-339X20](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=3661807&pid=S1405-339X20)

900010000900001&Ing=pt Beltrán, F. J., y Torres Fernán, I. (1992) Lo psicológico en la determinación de la salud: La salud y lo psicológico determinados socialmente, en J. A. Piña López (comp.): Psicología y salud. Aportes del análisis de la conducta. Hermosillo, Unison, 90 &- 102. [Links]

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=3661809&pid=S1405-](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=3661809&pid=S1405-339X200900010000900003&Ing=pt)

339X200900010000900003&Ing=pt Benson Herbert(1980) El efecto mente cuerpo: la medicina de la conductual , un camino para mejorar su salud. Barcelona. Grijalbo. [Links]

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=3661809&pid=S1405-](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=3661809&pid=S1405-339X200900010000900003&Ing=pt)

339X200900010000900003&Ing=pt Cortés V. E . (2007) : Deporte y salud: estrategias para la salud positiva, en Ramírez, G: E.:M.: y Cortés V: E: Psicología Salud y Educación. AMAPSI editorial.